

Decálogo para disfrutar de un verano seguro en el agua

## La plataforma Canarias ,1500 Km de Costa difunde consejos para prevenir la seguridad en las playas y espacios acuáticos



Playa de Telde/TA.

**TELDEACTUALIDAD 30-06-21**

Telde.- Hacer caso omiso a la bandera roja, bañarse en playas sin vigilancia, utilizar flotadores en el mar, verse inmerso en una corriente de retorno o la presencia de la covid-19 son los principales factores de riesgo que pueden comprometer nuestra seguridad a la hora de interactuar en cualquier espacio acuático. Una acción imprudente puede desembocar en un ahogamiento u otro tipo de accidente, tanto en playas como en piscinas.

Con la llegada de las vacaciones estivales que ahora comienzan, explican desde la plataforma *Canarias ,1500 Km de Costa*, las zonas de costas y establecimientos turísticos de Canarias y del resto de España reciben, durante los meses de julio y agosto a millones de bañistas.

Desde la plataforma presentan el *Decálogo para Disfrutar de un Verano Seguro en el Agua*, un documento con las recomendaciones básicas que lanza *Canarias ,1500 Km de Costa* para la prevención

de accidentes acuáticos. Una campaña auspiciada por el Cabildo de Gran Canaria, colaboradora oficial de ADEAC- Bandera Azul España y con el apoyo del Gobierno de Canarias, a través de la Dirección General de Seguridad y Emergencias, y la Concejalía de Ciudad de Mar de Las Palmas de Gran Canaria.

El denominador común para evitar un siniestro en los entornos acuáticos es, primero, aplicar la prevención y el sentido común, pero si te ves o eres testigo de una situación de emergencias: Llamar, siempre, al teléfono único de emergencias 112.

### **Decálogo**

#### **Bandera roja es un semáforo en rojo. No te lo saltes!**

El 80 % de los accidentes en el mar se producen por no respetar el color de la bandera. La bandera roja significa prohibido el baño. Una bandera roja es un semáforo en rojo. No te lo saltes!

#### **Playas sin socorristas: Nadie te rescatará**

Otra de las circunstancias que genera mayor índice de mortalidad es bañarse en playas sin vigilancia o durante la franja horaria en la que no están activos los servicios de rescate. Desde la plataforma se advierte que una playa desierta carece de socorrista y, en ocasiones, de señalización, con lo que si la seguridad del bañista se ve comprometida, no habrá un profesional que le auxilie.

#### **Nunca nades contra una corriente de retorno**

La corriente de retorno es otro de los principales peligros para el bañista al verse arrastrado mar adentro impidiéndole volver a la orilla. Recuerda que una corriente de retorno puede tener la fuerza de diez nadadores olímpicos. Si estás en apuros y no puedes salir, no luches contra la corriente. Ahorra energía y mantén la calma. Agita los brazos para que te vean.

#### **Utiliza un casco si pescas en zonas rocosas**

Cuando vayas a pescar en puntos de costa de acantilados o zonas rocosas, antes consulta siempre la previsión meteorológica, el estado del mar y del viento, y asegúrate llevar el equipo necesario que garantice tu seguridad antes de salir de casa.

#### **Niños: Un flotador en el mar, un juguete mortal**

Nunca olvides que los niños son los más vulnerables al medio acuático. Sólo hacen falta 27 segundos para que un bebé de doce

meses de vida se ahogue. No usar flotadores en el mar. Un flotador no es un salvavidas, es un juguete. Especialmente peligrosos los que tienen forma de animal (cisnes, unicornios, flamencos, etc.), ya que su tronco y cabeza hacen de efecto vela y arrastrarán al bañista mar adentro.

### **Séniors: Un infarto en el agua, provoca la muerte en 1 minuto**

La plataforma Canarias, 1500 Km de Costa hace especial énfasis en sus recomendaciones preventivas a los mayores de edad. Precisamente, el perfil del ahogado en las Islas se corresponde con un varón, de entre 55 y 75 años de edad. Por ello, se insiste en ser consciente de la condición y limitaciones físicas.

### **Motos acuáticas y tablas, a 200 metros de la orilla**

Cuando practiques deportes acuáticos, presta atención a la zona de seguridad y mantente alejado de los bañistas. Si practicas deporte a motor o navegación siempre a más de 200 metros de la playa o 50 metros de las zonas rocosas. Eso sí, antes de salir al mar, informa a alguien en tierra de la actividad que vas a realizar

### **Bañistas con movilidad reducida**

Sí, disfrutar de un refrescante baño puede suponer una dificultad para las personas con movilidad reducida. Personas en sillas de ruedas, invidentes o cualquier otra que presente una discapacidad, han de tener en cuenta los distintos servicios que ofrecen las playas para facilitar la entrada y salida del mar. Por ello, se recomienda acudir a playas que dispongan de servicios para la atención a personas con movilidad reducida

### **El buceo, un deporte de riesgo**

A la hora de practicar submarinismo, acuérdate de ir siempre acompañado y de revisar el equipo antes de sumergirte en el mar. Bucea siempre, como mínimo, con otra persona y hazte acompañar de un profesional cualificado. Sé consciente de tu preparación física y sé consciente de tus limitaciones antes de practicar este deporte de riesgo.

### **La hidrocución o corte de digestión**

Después de una copiosa comida, entra en el agua con moderación tras haber hecho la digestión. Evita exponerte muchas horas al sol y utiliza siempre una crema con alta protección solar.

### **Los riesgos de bañarse en presas, lagos y estanques**

Cuando acudas a presas, ríos, embalses de agua o estanques en zonas de montaña, primero asegúrate de que el baño está permitido y ten en cuenta que el agua dulce tiene menos flotabilidad que la salada, por lo que es recomendable utilizar chalecos o elementos que te ayuden a flotar.

### **Los selfies, a costa del riesgo**

Pretender inmortalizar el momento haciéndose un selfie o auto-foto frente a la costa, especialmente en acantilados o zonas rocosas, se está convirtiendo en una moda cada vez con más seguidores y, en consecuencia, exponerse a sufrir un accidente. Y si es con fuerte oleaje por su espectacularidad, las probabilidades de sufrir un percance más grave aún, se multiplican, dada la urgencia con que se pretende hacerla para garantizar la espectacularidad de la imagen.

### **El verano y la "nueva normalidad"**

Tras la llegada de la "nueva normalidad", es imprescindible el cumplimiento de todas las normas de distanciamiento social, prevención e higiene. Autoprotegiéndote, proteges a todos.